

परिचर्या प्रणाली

अर्थात्

रोगी मनुष्य की घर में
शुश्रूषा करने के लिये
सरल उपदेश

—••••—

पण्डित महेन्दुलाल गर्ग
द्वारा संगृहीत

द्वारा

श्रीमान् राजा साहब भिनगा की सहायता
काशी नागरीप्रचारिणी सभा
द्वारा प्रकाशित ।

—
1000

Printed by Madho Prasad Bharat Press Son



निवेदन ।

सभ्य देशों में स्त्रियों को "परिचर्या प्रणाली" सिखाने के बहुत अच्छे प्रबन्ध हैं। वे डाक्टरों के अधीन अस्पताल में इस काम को सीखती हैं, और दक्षिण हो कर अपनी जीविका प्राप्त करती हैं। हमारे देश वासी परिचर्या के काम को इतना मुख्य नहीं समझते। रोगी को दवा पिला देना सब किसी के लिये साधारण बात माना जाता है। यथार्थ में रोगी का जीवन उचित परिचर्या से ही बचता है। रोगी की ठीक संभाल न रखी जाय तो बीमारी दूर होने में बड़ा विलंब लग जाता है। इस छोटी सी पुस्तक में परिचर्या संबंधी मोटी मोटी बातें हम लिये लिखी गई हैं कि घर की धूँ वेदियां उनकी ध्यान में रखें और समय पड़ने पर प्रेम और धैर्य के साथ उनका व्यवहार करके अपने प्रियजनों की प्राण रक्षा करें।

अस्पताल
२४ पंजाबी पब्लिशिंग
लखनऊ

महेन्दुलाल गर्ग ।

सूचापत्र ।

प्रथम अध्याय ।

रोगी का घर ।

घर की तजवीज़, विस्तर, मिश्र धांधलियाँ से
भेंट करने के नियम, मल मूत्र का प्रथम ।

पृष्ठ १ से ६ तक

दूसरा अध्याय ।

परिचर्या विधि ।

परिचारक की योग्यता और उनके कर्तव्य, भूल
करना, काम से छुटी सिना, मोट-सुख, ज़हरी पदार्थ,
मुग्धा और दवाइयों की सेनाल, रोगी की सेवा,
संता हांबना, पानी पिलाना, खरक के कायदे,
स्नान कराना, मुंह पोना, बुझी कराना, नुटाना,
बैठाना, नौद लाना, विस्तर बदलना, रोग मुक्त
की सेवा ।

पृष्ठ ७ से २१ तक

(३)

तीसरा अध्याय ।

रोग के लक्षण ।

केकड़े और हृदय मम्यता । ग, सांभी,
सांस, दर्द, हाकूर के लिये । ी, पेट और
की घीमारियां, मूत्र परीक्षा, दिमागी री
युखार (ज्वर), थर्मांमीटर, नाड़ी गिनना, ह
का उत्तारना, छूतवाले युखारों में त्थान यन्दोषस्व
पृष्ठ २८ से ५७ तक

चौथा अध्याय ।

शोषधि प्रकरण ।

साधारण शिक्ता, नापने की विधि, गोली चूर्ण,
गरारा करना, भपारा देना, आंख में दवाई डालना,
नालिन करना, पुलिटस बाधना, राई की पुलिटस,
नीयले की पुलिटस, मास्टर, सूखा सेंक, तर सेंक
पंज करना, भाफ लेना । पृष्ठ ५१ से ६२ तक

(३)

पचवां अध्याय ।

पथ्य ।

दूध, जौ का पानी, चावल, दलिया, मांड़, अरारोट, सागूदाना, चिरवों का मांड़, जौ का मांड़, यवागु, पेय, दाल का पानी, छाउ की कढ़ी, सिंघाड़े का आटा, भोटमील, अलसी की चाय, भूसी की रोटी, विछायती पथ्य-वैजसं फूड, मेलिनस फूड, एलनवरीज़ फूड, कांजी घाटर, दाल का पानी, सागूदाने की खिचड़ी ।

पृष्ठ ६३ से ७४ तक

छठां अध्याय ।

बीर फाड़ में सफ़ाई ।

सफ़ाई का कारण, हाथों की सफ़ाई, रोग रूपान की सफ़ाई, औज़ारों की सफ़ाई, ड्रेसिंग की सफ़ाई, ऐंटीसेप्टिक दवाइयां ।

ग्रहस्थी के लिये आवश्यक चीज़ें ।

पृष्ठ ७५ से ८२ तक

तीसरा अध्याय ।

रोग के लक्षण ।

जेकड़े बीर हृदय सम्बन्धी रोग, सांघी, -
शांघ, ददं, टाफूर के लिये तपारी, चेट और
की घीमारिषां, मूत्र परीक्षा, दिवागी री.
युसार (ज्यर), घमांमीटर, नाड़ी गितमा,
का उत्तारमा, छूतयाले युसारों में मास यन्दोवहल।
पृष्ठ २८ से ५० तक

चौथा अध्याय ।

औषधि प्रकरण ।

साधारण शिक्षा, नापने की विधि, गोली घूर्ण,
गरारा करना, भपारा देना, आंख में दवाई डालना,
मालिश करना, पुलिटस बंधना, राई की पुलिटस,
कीयले की पुलिटस, मास्टर, सूखा सेंक, तर सेंक
रुपंज करना, भाक लेना । पृष्ठ ५१ से ६२ तक

पचवां अध्याय ।

पथ्य ।

दूध, जौ का पानी, चावल, दलिया, मांड़, अरारोट, सागूदाना, चिरवां का मांड़, जौ का मांड़, यवागु, पेय, दाल का पानी, ठाठ की कढ़ी, सिंचाड़े का आटा, भोटमील, अलसी की चाय, भूसी की रोटी, विधायती पथ्य-वेंजसं फूड, भेलिंस फूड, एलनवरीज़ फूड, कांजी घाटर, दाल का पानी, सागूदाने की खिचड़ी ।

पृष्ठ ६३ से ७४ तक

छठां अध्याय ।

घीर फाड़ में सफ़ाई ।

सफ़ाई का कारण, हाथों की सफ़ाई, रोग स्थान की सफ़ाई, औज़ारों की सफ़ाई, ड्रेसिंग की सफ़ाई, एंटीसेप्टिक दवाइयां ।

गृहस्थी के लिये आवश्यक चीजें ।

पृष्ठ ७५ से ८२ तक

भाग्य अध्याय ।

भाग के लक्षण ।

अथर्व गीत इदम भावार्थो भाग, तांशं, प

भाग, ददं, हाकूर के लिये लक्षारी, अष्ट श्रेण दे

की धांगारियां, मूच परीक्षा, दिनांशो दे

मुगार (उगार), धर्मांगीटर, माड़ी गिनना

का प्रतारना, धूमनांश मुगारों में भाग धरुदे।

पृष्ठ २० से ५३ तक

चौथा अध्याय ।

शोधधि प्रकरण ।

साधारण धिता, मापने की विधि, मोछी धू

रा करना, भवारा देना, भांस में दवाइं डालना

उंग करना, पुलिटम धाधना, राइं की पुलिटम,

की पुलिटम. मास्टर, मूरा सेंक, तर सेंक

पृष्ठ ५० के ६० तक

पचवां अध्याय ।

पच्य ।

दूध, जी का पानी, चावल, दलिया, मांड़, अरारोट, सागूदाना, चिरखों का मांड़, जी का मांड़, यथागु, पेय, दाल का पानी, ऊठ की कड़ी, सिंघाड़े का आटा, ओटमील, अलसी की चाय, भूसी की रोटी, विलायती पच्य-वेजसे फूड, मेलिंस फूड, एलनवरीज़ फूड, कांजी घाटर, दाल का पानी, सागूदाने की लिचड़ी ।

पृष्ठ ६३ से ७४ तक

छठां अध्याय ।

चीर फाड़ में सफ़ाई ।

सफ़ाई का कारण, हाथों की सफ़ाई, रोग स्थान की सफ़ाई, औज़ारों की सफ़ाई, ड्रेसिंग की सफ़ाई, ऐंटीसेप्टिक दवाइयां ।

गृहस्थी के लिये आवश्यक चीजें ।

पृष्ठ ७५ से ८२ तक

पचवां अध्याय ।

पथ्य ।

दूध, जी का पानी, चावल, दलिया, मांड़,
 रारोट, सागूदाना, घिरवों का मांड़, जी का
 मांड़, यवागु, पेय, दाल का पानी, ठाठ की कढ़ी,
 अंघाड़े का आटा, भोटमील, अलसी की घाय,
 मी की रोटी, खिलायती पथ्य-वैजसं फूड,
 लिंग फूड, एलनवरीज फूड, कांजी घाटर, दाल
 का पानी, सागूदाने की खिचड़ी ।

पृष्ठ ६३ से ७४ तक

षष्ठं अध्याय ।

ताड़ में सफ़ाई ।

... हाथों की सफ़ाई, रोग
 बीजारों की सफ़ाई, ड्रेसिंग
 ... दवाइयां ।

आवश्यक चीजें ।

पृष्ठ ७५ से ८२ तक

परिचर्याप्रणाली ।

पहिला अध्याय ।

गृह निर्वाचन, विस्तर, मित्र वांधवा से भट करने
के नियम, मल मूत्र का प्रबंध ।



रीघ गृहस्थियों के केवल एक ही घर होता है और उसीमें रोगी, पुखी तथा शारोग्य मनुष्य रहते हैं । परन्तु जिनको भगवान ने दी है उनको चाहिए कि रोगी दशा में शलग घर में रहें । रोगी ऐसा घर जिसमें प्रकाश और हवा । सामदरपत हो अच्छा है । यदि ऊंची और ऊपर रोगदान हो सुन्दर है ।

जैसे प्रकाश के बिना पं
पीले पड़ जाते हैं, रोगी मनुष्य पर
का अभाव ऐसा ही कुफल दिखाता
घर में सील न होनी चाहिए
न फालतू असवाध । गुलदस्ता और
का रहना बुरा नहीं है । बीमार क
पाई बहुत चौड़ी न हो, चौड़े पल
बीमार को सहायता देने के लिये
बढ़ना पड़ता है जिसमें रोगी और
चारक दोनें का तकलीफ होती है । च
पाई दीवार से लगी हुई न बिछाई ज
कम से कम एक फुट भर अलग रहे । पा
ताने कोई खिरकी न हो क्योंकि बीमार
की नजर उस ही ओर रहेगी । घर में बहुत
उजैला रहने से -
को अच्छा नहीं जान

कुरसी ज़रूर चाहिए और पैर रखनेके लिये एक छोटी सी तिपाई । पामही एक छोटी सी मेज हो जिसपर दवाई के बोतल तथा अन्य आवश्यक चीजें मौजूद हों । बीमार के कमरे में घृणा उत्पन्न करनेवाली कोई चीज न रहनी चाहिए । मल मूत्र तत्काल बाहर उठा दिया जाय । खाने पीने की चीजें भी अलग रहे, केवल आवश्यकता पड़ने पर लाई जाय । रोगी का बचा हुआ खाना दूसरा न खाय और न उसका जूँठा कोई पानी पीये । घर की बदबू दूर करने के लिये जिस समय खिड़की और दरवाज़े खोले जाय उस समय इस बात का ध्यान सर्वदा रहे कि रोगी को ठण्डी हवा न लग जाय । कमरे में पूरी सफाई हो तथा टायलर के आने पर जिन चीजों की आवश्यकता होती है वे सब मौजूद रहें ।

हमारे देश में चिमनी वाले घर नहीं

जैसे प्रकाश के पिना पौधों के पत्ते
ने पढ़ जाते हैं, रोगी मनुष्य पर भी प्रकाश
सभाय सेवा ही फुल्ल दियाता है ।

पर में भील न होनी चाहिए और
फालतू सहाय । गुलादस्ता और पित्रो
रहना सुरा नहीं है । बीमार की पार-
ई बहुत चौड़ी न हो, चौड़े पलङ्ग पर
मार को सहायता देने के लिये ऊपर
— सहाय ३ त्रिममें रोगी और परि-

होगे जाड़े के दिन में परों का गरम करने के लिये कोयलों की लंगीठी रखनी जाती है। बीमार के घर में जो लंगीठी जलाई जाय उसको घाहर मुनगाना चाहिए। घर में लंगीठी पर कोयले रख कर दहकाना मुता है। दहकते हुए कोयले घाहर से लाऊँ रखे जाय तो कुछ ठर नहीं है।

रोगी से मिलने के लिये जो मित्र यांधय आते हैं उनके लिये डाक्टर से आज्ञा ले रखनी चाहिए। झूतवाली बीमारी में किसी को न आने देना चाहिए। खाली पेट कोई मनुष्य रोगी के पास न जाय। रोगी को छूने वाला अपने हाथ अवश्य साधुन पानी से धो डाले। मिलने वाली बहुत बातें न करे, न रोजगार पेशा दूकानदारी या फालतू चर्चा छेड़े, बहुत देर तक न बैठे। मिलनेवाला इस ढंग से बैठे कि रोगी को उसका चेहरा अच्छी

तरह दिखाई पड़े और देखने के लिये
 एधर उधर गिर हिलाना झुलाना न हो ।
 बीमार के ऊपर मुँह लें जाना या उसके
 ऊपर झुंक कर घात पीत करना अच्छा
 नहीं है ।

दरवाजे या पिड़कियों पर चिकों का
 लगाना बहुत अच्छा है । मकली मच्छर
 पाएर से एाकर रोगी को सता नहीं सकते ।

बाल बूझादि के लिये बमले काम में
 लाए जाय । रोगी को उठा कर दूर पाएराने
 में लें जाना बहुत बुरा है । एँट पर बाल
 बूझ त्याग कराना भी बहुत हानिकारक है ।

निर्दल रोगियों को दिम्बर पर ही
 एाएर पिटाना होता है । इसके निचे (30-31)
 देहरेत का एखहार एखटा होता है । एख
 देहरेत बाल होता है और दूरा दिम्बर
 को एखल है । दिम्बर पर एखराने एख
 का देहरेत एखरी है एँडे एखर देख

(६)

हैं। गोल लागाने के लिये कमर उठाते हैं।
स्लिपर की शकल वाले के लिये रोगी के
एक करवट से दूसरे करवट लिटा देते हैं
और फिर पतले सिरे को नीचे कर देते हैं
बेडपैन में दुर्गन्धिनाशक औषधि डाल
रखनी चाहिए।

जिस तरह मा बच्चे की खबरदारी रख
 है परिचारक का सब ध्यान रोगी
 ओर होना चाहिए । मिजाज ठण्डा और
 हँसमुख हो, मिहनत की आदत हो
 बुढ़िया बखान की बातों पर विश्वास न
 करके डाक्टर या हकीम की बातों को ही
 ठीक समझना परमावश्यक है । रोगी के
 लिये बतलाई हुई बात से टलने वाली न हो,
 आलस्य बिल्कुल न हो, आंखों से अच्छी
 तरह दिखाई देता हो, घिन करने व
 स्वभाव न हो क्योंकि जिसके स्वभाव
 घृणा है उससे रोगी की टहल नहीं हो
 सकती । अपने मुख और शराम का ध्यान
 रखना ठीक नहीं है । जिसका झटल
 स्वभाव नहीं है वह रोगी की बातों में आ
 कर उसे मनमाना व्यवहार करने देगी जिम-
 न कारण रोग का अच्छा होना बहुत ही
 टिन हो जायगा । कभी

जिस तरह मा बच्चे की ख़ाबरदारी रखती है परिचारक का सब ध्यान रोगी की ओर होना चाहिए । मिजाज ठण्डा और हंसमुख हो, मिहनत की आदत हो । बुढ़िया बख़ान की बातों पर विश्वास न करके डाक्टर या हकीम की बातों को ही ठीक समझना परमावश्यक है । रोगी के लिये बतार्ई हुई बात से टलनेवाली न हो, आलस्य बिल्कुल न हो, आंखों से अच्छी तरह दिखाई देता हो, चिन करने का

अनुसार यर्तव्य ही न होगा तो उसे
 घेष्टा कहाँ मफल हो सकती है ।
 ऐसी दशा में मर भी सकता है । इस
 यह ज़रूरी है कि जिस दवाई या
 में डाक्टर की आज्ञा का पालन नहीं है
 यह ठीक ठीक कह देना चाहिए ।
 घाली को नींद आ रही हो तथा
 हवास ठीक न हो तो दवाई न दे ।
 मुँह धोकर चित्त सावधान करे और
 दवाई दे । उनीचे पन में बहुत भूल
 सकती है । थर्मामिटर लगाना हो
 बीमारी का हाल लिखना हो तब भी
 सावधान चाहिए ।

(२) टहल घाली खुद तन्दुरुस्त हो
 कपड़े साफ रखे । रोगी का काम करने
 उपरान्त सदा अपने हाथ धोवाले । भोजन
 करने और निशा लेने समय स्थिर क

अनुमार यतयि ही न होगा तो उम्मीद
 चेष्टा कहां सफल हो सकती है। रोगी
 ऐसी दशा में मर भी सकता है। इस लिये
 यह ज़रूरी है कि जिस दवाई या पदार्थ देने
 में डाक्टर की आज्ञा का पालन नहीं हुआ
 वह ठीक ठीक कह देना चाहिए। टहल
 वाली को नींद आ रही हो तथा हो
 हवास ठीक न हो तो दवाई न दे। पहिले
 मुँह धोकर चित्त सावधान करे और
 दवाई दे। उनीचे पन में बहुत भूल
 सकती है। थर्मामिटर लगाना हो
 बीमारी का हाल लिखना हो तब भी
 सावधान चाहिए।

(२) टहल वाली खुद तन्दुरुस्त
 कपड़े साफ रखे। रोगी का काम कर
 उपरान्त सदा अपने हाथ धोडाले। भे
 करने और निद्रा लेने का समय स्थिर
 क्योंकि एक मनुष्य रात दिन जगकर

यद्यू दूर करने वाली दवाई, और यदि वैद्यक मत में इलाज होता हो तो हमामदस्ता, सिललोद्दी, गहद आदि पदार्थ भी हैं ।

डायटर के लिखे नुसखे को संभाल कर रखना बड़ा जरूरी है क्योंकि जब कभी नया डायटर आता है तो वह पिछले नुसखों को देखना चाहता है । कभी कभी एक ही डायटर को अपने पुराने नुसखे देखने पड़ जाते हैं । रोग चाहे जैसा साधारण हो परन्तु इस बात को न भूले, क्योंकि जो रोग आज बहुत साधारण जान पड़ता है वह पीछे से कठिन भी हो सकता है ।

लौचधियां ऐसे द्रव्य से रखनी चाहिए कि रोगी उनको छुद न पासके क्योंकि जल्दी लपटा होने की दृष्टि से आर: रोगी बहुत ही दवाई मांगेगा है अथवा निद्रन द्रव्य ही लौचधियाने आर पावेगा है

घंटे पर रोगी का बुखार नापा जाता है। यह भी इसी किताब में लिख लेना चाहिए। बीमार की दशा में यदि कोई नई बात जान पड़े तो उसे भी लिख ले। कितनी बार दस्त हुए हैं। रंग और उनका रूप जानना भी काम देता है। रोगी की सेवा के लिये जो चीजें बरती जाती हैं उन्हें ऐसे ढंग से रखते कि जब जरूरत हो तब भट मिल जाय। रोगी के घर में साधारणतः ये चीजें रहनी चाहिए—मोमबत्ती, लालटेन, पानी गरम करने वाली केतली, झुरी, फेंची, फलालेन का टुकड़ा, सेफटी पिन, सुई धागा, पिन, धुले हुए भाड़न, बरमाती, दरवाई नापने का गिलास, चमचा, दियासलाई, धूमने और उलटी करने के लिये गमला, मल मूत्र त्यागने के घर्तन (वेडपैन और यूरिनल), सायुन, तौलिया, स्पंज, रुई, काँचल, जग, स्प्रिट की शंकीटी, पंग्रा, दपात, क्लेम, फ्रागज़, चट्टी, थर्मामिटर,

के रोगी गर्मी से चपड़ा रहा हो तो उसके
 रंगवा भलना घुटा होगा यह विचार बहुत ही
 लोछा है । गर्मी हटाने वाली पंखे की वायु
 कभी हानिकारक नहीं हो सकती । हां बाहर
 की हवा का भंकारा शरीर पर लगना
 जरूर रोकना चाहिए । पंखे की हवा सिर
 पर लगनी चाहिए । हवा छोर से न करे ।
 इससे हवा करने वाला जल्द ही पक जाता
 है और रोगी भी हवा के भंकारों से चपड़ा
 उठता है । परन्तु जब खूब खरा खरा हो
 और पसीना भी आ रहा हो तो जल्दी जल्दी
 पंखा बंदना रोगी को बचावा जान पड़ना है
 कीही देर भी पंखा बंद कर लिया जाए तो
 रोगी चपड़ा उठता है । जब रोगी का जो
 मिथलाता हो तो सिर के रों की छोर
 पंखा बंद करके सिर ही नगी । सिन्धु
 के नीचे की सिरों के मुहों से हवा
 बरना लपटा है ।

मय्या कुछ के बदले कुछ दवाई खालेता है।
 सय युरी बातें हैं। किसी किसी रोगी के
 दवाई पीना अच्छा नहीं लगता, उसका दां
 लगता है तो वह शीशी उलट कर खाली
 कर देता है। रोगी को कभी यह अवसर न
 देना चाहिए कि वह अपने आप दवाई
 पिए। मालिश करने या लगाने की दवाई
 खाने पीने की दवा से अलग रखनी
 चाहिए। मालिश करने और घाव धेने वाली
 तथा लेप की चीजें प्रायः जहरीली होती
 हैं। इन सब को पीने वाली दवाइयों से यथा
 सम्भव दूर रखना चाहिए। इस बात में कभी
 भूल न हो। इसका सदा ध्यान चाहिए।

रोगी को शारीरिक सुख पहुंचाने के
 लिये कई बातें करनी पड़नी हैं, जैसे पंखा
 हांकना। बहुत लोग शरीर की गर्मी दूर करने
 के लिये हवा करना और प्यास बुझाने के
 लिये पानी देना अच्छा नहीं समझते। जय

इस समय बर्फ की ढली चुसाना या सोडा-
 टर देना बहुत अच्छा है । ऐसा करने से
 पास युक्त होती है और उलटी रुकती है ।

पानी को उबाल कर पिलाना इस
 लिये अच्छा समझा जाता है कि पानी के
 कीड़े मर जाते हैं । ऐसे जल को ठंडा कर
 के पिलाना अच्छा है परन्तु इस जल का
 स्वाद मारा जाता है इस लिये प्यास दूर
 नहीं होती । निर्दोष शीतल जल पिलाना
 युक्त नहीं है । रात के पिछले पहर रोगी
 को जल पिलाना अच्छा नहीं । उस समय
 सोडावाटर लेमनेट देना अच्छा है । यदि
 इनका मिलना सम्भव हो तो पानी ही
 नहीं । बतुतेरे लोग खाली पेट पानी देना
 अच्छा नहीं समझते इसलिए मिट्टी को एक
 डली दिखा कर उस पानी पिलाई परन्तु
 मिट्टी से स्वाद हटा जाती है ।

पानी देना-बहुधा देखा गया है कि ज्वर का कारण जब रोगी प्यास से छटपटाता है तो उसे थोड़ा सा पानी (उबाला हुआ) पिलाया जाता है यह बड़ी निहुराई की बात है मूर्ख स्त्रियां ही इस बात को अच्छा जानती हैं । ज्वर का बुखार शरीर को गलाए देता है, गर्मी से मुंह और जीभ सूखी जाती है उस समय ठंडा पानी पिलाने से लाभ व



पानी देना-बहुधा देखा गया है कि उ्वर के कारण जब रोगी प्यास से छटपटाता है तो उसे थोड़ा सा पानी (उबाला हुआ) पिलाया जाता है यह बड़ी निदुराई की बात है । मूर्ख स्त्रियां ही इस बात को अच्छा जानती हैं । जोर का बुखार शरीर को गलाए देता है, गर्मी से मुंह और जीभ सूखी जाती है, उस समय ठंडा पानी पिलाने से लाभ के सिवाय कभी हानि नहीं हो सकती ।

हैजे में जब गला सूखा जाता है तो ठंडा पानी देने से केवल प्यास ही नहीं बुझती बरन पेशाब भी आने लगता है । रोगी को प्यास लगी हो और डाक्टर ने पानी देना मना न कर दिया हो तो जरूर पानी देना चाहिए । उ्वर की अधिकता ही में रोगी बार बार पानी मांगता है । पानी देने में कुछ सुराई नहीं है । हां बहुत सा पानी पीने से उलटी हो

इस समय बर्फ की ढली चुसाना या मोटा-घाटर देना बहुत अच्छा है । ऐसा करने से प्यास बुझती है और उलटी रकती है ।

पानी को उयाल कर पिलाना इस लिये अच्छा समझा जाता है कि पानी के कीड़े मर जाते हैं । ऐसे जल को ठंडा कर के पिलाना अच्छा है परन्तु इस जल का स्वाद मारा जाता है इस लिये प्यास दूर नहीं होती । निर्देय शीतल जल पिलाना सुरा नहीं है । रात के पिछले पहर रोगी को जल पिलाना अच्छा नहीं । उस समय मोटाघाटर लेमनेड देना अच्छा है । यदि रोगी मिलाता सम्भव हो तो पानी ही सही । बहुतेरे लोग खाली पेट पानी देना अच्छा नहीं समझते इसलिये मिर्ची की एक ढली तिला कर तब पानी पिलावे परन्तु मिर्च से प्यास बढ़ा करती है ।

पानी देना-बहुधा देखा गया है कि ज्वर के कारण जब रोगी प्यास से छटपटाता है तो उसे चोड़ा सा पानी (उबाला हुआ) पिलाया जाता है यह बड़ी निहुराई की बात है। मूर्ख स्त्रियां ही इस बात को अच्छा जानती हैं। ज्वर का बुखार शरीर को गलाए देता है, गर्मी से मुंह और जीभ सूखी जाती है, उस समय ठंडा पानी पिलाने से लाभ के सिवाय कभी हानि नहीं हो सकती।

बर्फ के फायदे—जब ज्वर का बुखार चढ़े शय्या रोग की अधिकता से रोगी बेहोशी की घाते' करने लग जाय, जिस समय रोगी का सिर गर्म हो तो सिर मुड़ा कर उस पर बर्फ रखे । ठंडे पानी से भी फ़ायदा होता है । बर्फ न मिले तो ठंडे पानी में सिरका मिला कर और कपड़ा भिगा कर सिर पर रखे । बीमारी में सिर के बाल बड़े रखना उचित नहीं है । जब रोगी का बुखार १०४ दर्जे का हो तब अवश्य बर्फ देनी चाहिए । यदि रोगी को हारत का कोई बलेश न जान पड़ता हो तो न दे । जब बुखार १०२ दर्जे पर आजाय तब बर्फ बन्द करदे । हैजे और ऐसे बुखार में जिसमें कभी उबर उतरता ही न हो बर्फ का देना बड़ा जरूरी है । बर्फ देने के लिये डाक्टर की राय लेनी चाहिए ।

एक थैली में बर्फ भरकर रोगी के सिर

रखना जाता है जिसको Icebag (आइस बैग) हते हैं। बर्फ में चोड़ा सा नमक डाल देने सेली और भी ठंडी हो जाती है। सेली में बर्फ ं बड़े बड़े टुकड़े रखने चाहिए। “आइस ग” न हो तो कागज में बर्फ रख कर रयोग करे परन्तु जब कागज के भीतर पानी जमा हो जाय तो उसे निकाल डाले।

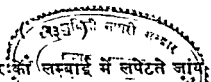
बहुत से रोगों में विशेष कर उबरों में रोगी को नहलाना अच्छा होता है। घर के दरवाजे बन्द कर के गर्म पानी में स्पर्श या तौलिया भिगे कर उससे शरीर को छंगोछ दे, और उसी समय दूसरा आदमी सूखे छंगोछे या तौलिये से शरीर को पोंछ कर मुखा दे। इस प्रकार सब शरीर को छंगोछना होता है। यह काम डाक्टर की आँखा के बिना नहीं करना चाहिए। जल में नमक मिला लेना पुरा नहीं है। यदि स्नान करना अनुचित समझा जाय तो ठंटे पानी से शिर

का अँगोछना बुरा न समझना ।
जब कुनेन सेवन से सिर भिन्नाने लगता ।
और गर्मी जान पड़ती है उस समय सिर
को ठंडे पानी से धोना बहुत अच्छा होता
है । सिर का ठंडा और पैरों का गरम
रखना तन्दुरुस्ती के लिये बड़ा उपयोगी है ।
सिर ठंडा रहने से नींद खूब आती है ।
सिर के नीचे घाले तकिए पर बरसाती बिना
और रोगी का सिर सिरहाने की तरफ झुका
कर झुका दे और तब धार से पानी छोड़ें ।
यह पानी एक घालटी या कठौते में गिरा
जादिए । सिर धोने के पीछे घालों को सफाई
तरह गुणादे, सिर भीगा रहना अच्छा नहीं
है । न्त्रियों के घाघों को दाघों से निगो
कर गुणाता जादिए ।

कुर्सी कारणा—रोगी के गुंड में बहुत
जाने लग जाती है । रोग गुणाता पड़ जाय
तब तो गुंड भीगा भी बहुत ही गरम हो

जाता है । इसलिये रोज कुल्ली करना
 हुत अच्छा है । इस काम के लिये गरम
 जल का व्यवहार करे तो दाँतों और जीभ
 के ऊपर मैल न जमे तो अच्छा है । सवेरे
 मुँह धुला कर और कुल्ली करा कर तब
 खा पिलानी चाहिए । खाना खाने के
 बीछे भी अच्छी तरह कुल्ली करावे । मुँह का
 प्रजा बिगड़ रहा हो तो दिन में कई बार
 कुल्ली करनी चाहिए ।

रोगी का उठाना बैठाना—बहुधा देखा
 जाता है कि एक ही दिन के युष्कार में
 रोगी ऐसा कमजोर हो जाता है कि विस्तर
 से उठ नहीं सकता । रोगी को बिना सहारा
 दिए मलमूत्र त्याग करने के लिये जाने न
 देना चाहिए । क्योंकि रोग से हृदय दुर्बल
 हो जाता है । अनेक रोगी विस्तर से उठते
 ही मर गए हैं । रोगी यहां तक दुर्बल हो
 जाते हैं कि उनको विस्तर पर उठकर बैठना



मैली चट्टकों लम्बाई में लपेटते जायें और बीमार के शरीर के पास छोड़ दें। हमरी साफ चट्ट लम्बाई में आधी सी तह करके उसके लिपटे हुए हिस्से को बीमार के शरीर के पास छोड़ दें और खुली हुई चट्ट को खाली जगह में बिछा दें। तब बीमार को फेर लिया कर पिछी हुई नई चट्ट पर ले आये और मैली चट्ट हट करके नई का लिपटा हुआ हिस्सा खोल कर बिछा दें। यदि बीमार उठ सकता हो तो उसे उठाकर पहिले साफ चट्ट को सिरहाने की ओर से तह कर उसकी जगह आधी नई बिछा दें। फिर बीमार को लिटाकर पैरों की तरफ वाली मैली आधी उठा कर साफ चट्ट का लपेटा हुआ भाग भी खोल कर बिछा दें।

दवाई या खाना तिलाने के लिये यदि रोगी को उठाना हो तो गर्दन और कंधों

में बहुत जल्द दुर्गन्ध पैदा होजाती है ।
इस रोगी के कपड़े में प्रवेश करके
तम घटाने का कारण होता है । यह बात
मरण कर के रोगी के शरीर में लगे हुए
कपड़े और विलर की चट्टी को रोज बदलना
या धूप में सुखाना चाहिए । अथवा जलती
दुई लाग के सामने मुखलाकर गरम करके रख
ना चाहिए । रोगी की चारपाई के ऊपर कोर्ट
नहीं रखना चाहिए या कमल न भाड़े ।

रोगमुक्त की सेवा—रोग के दूर होने
की पर न समझ लेना चाहिए कि इस
बीमार की कुछ चिन्ता नहीं है । रोग फिर
न लौट पाये इस बात का विचार रख कर
रोगमुक्त की सेवा बढ़े ध्यान से करनी
चाहिए ।

रोग दूर होने पर अन्त में जोर बंद
निर्दिष्टा देर पर जाती है इस तरह ही

आरोग्यता प्राप्त करने के लिये बहुत बालों में सावधान रहना पड़ता है ।

खान पान—बीमारी के पीछे रोगी की भूख बढ़ जाती है जो खोई हुई शक्ति को पुनः प्र के कारण होती है । इस समय इतना बलवान नहीं

होता कि बहुतसा खाना पचा सके । इस लिये चेष्टा करके हलका भोजन थोड़ा थोड़ा कई बार देना चाहिए । चागू दाना, दाल

खिचड़ी पचा लेने के पीछे दाल रोटी दे ।

कपड़ा गरम और ढीला चाहिए, सर्द से बचना बड़ा जरूरी है क्योंकि असावधानी से रोग फिर लौट आ सकता है हाथ पैर ठंडा न रहना चाहिए ।

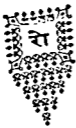
निद्रा लेना परमाश्यक है । प्रतिदिन नौ दस घंटे सोना और खाना खाने के पीछे कुछ देर आराम करना बहुत अच्छा समझ



तीसरा अध्याय ।

रोग के लक्षण ।

रोग के लक्षण जानने के लिये, फंफूड़े और हृदय सम्बन्धी रोग, सर्वांग, कफ, नास, दर्द, डाक्टर के लिये तैयार पेट और पेट की बीमारियाँ, मूत्र परीक्षा, दिमागी रोग, बुद्धार (ज्वर), घर्माघर्मा, नाड़ी गिनना, ज्वर का उतरना, घृत वाले बुद्धारों में खास बन्दोबस्त ।

 रोगी की सेवा करनेवालों को रोग सम्बन्धी लक्षणों का जानना बड़ा जरूरी है । उनकी सहायता से चिकित्सक को निदान (रोग की पहिचान) करने में बड़ा सुभीता होता है । जब रोगी इस योग्य नहीं रहता कि अपना दुःख सुख आप बता सके तब इलाज करने वाले को रोग सम्बन्धी बातें रोगी की टहल करने वालों से ही पूछनी पड़ती हैं । इस लिये चाहिए कि रोगी की सेवा में मोटी बातें उसको मालूम हों । हाथ

निफलता है यह केफड़ों से जाता है और जो उलटी के साथ जाता है यह पेट से जाता है। रोगी को उठने बैठने देना न चाहिए।

डॉक्टर को तत्काल खबर देनी चाहिए। दमा खांसी आदि रोगों में सर्दी बड़ा विचार चाहिए। रोगी को फलालेन का वामकट या कुरता पहिराना चाहिए। कम से कम तीन दिन पीछे फलालेन के कपड़े को जरूर बदल देना चाहिए। हो सके तो प्रति दिन बदलना चाहिए। उड़ना भारी न हो परन्तु सर्दी रोकने के लिये कार्फ गरम हो।

दमे के रोगियों की दवा सर्वदा पास रहनी चाहिए।

दमे या खांसी वाले रोगी के लिये यदि डॉक्टर बुलाया गया है तो उसके बैठने के कुरसी ला रखनी चाहिए। उड़ने के भीतर रोगी के शरीर का कुर्ता आदि

जाड़े के दिनों में यह बड़ा ज़रूरी है कि ऐसे रोगियों का घर गरम रहे और ठंडी हवा लग कर रोगी की दशा न बिगाड़ दे।

पेट शरीर का वह अंग है, जिसमें भोजन पचने का यंत्र है। जो भोजन हम खाते हैं उसे दांतों से चबा कर उसमें घूक मिलाते हुए आमाशय में ले जाते हैं। आमाशय से यह आंतों तक जाता है जहां से नसें इसमें से सार भाग खींच ले जाती हैं और पीछे केवल मल रह जाता है जो मलद्वार के राह से बाहिर निकल जाता है। जब तक पाचन क्रिया नियम पूर्वक हुआ करती है किमी का यह नहीं मालूम होता कि पेट में क्या हो रहा है। परन्तु जब कुछ बिगाड़ खाता हो जाता है तभी पेट में दर्द, और एँठ होता है। दस्त, संग्रहणी, शूल इत्यादि रोग पाचन

हो या दिल और जिगर रोगी हों तो उल्टी में खून आसकता है। उल्टी के साथ पेट में ऐसा दर्द होता है कि दयाय पहुंचाना अच्छा जान पड़ता है और कभी दर्द ऐसा होता है कि पेट पर कपड़ा भी दुखदाई जान पड़ता है। कुपथ्य खाने से पेट में शूल उठता अर्थात् आंतें से ठने लगती हैं।

पेट में जब हवा इकट्ठी हो जाती तो पेट ढोल सा हो जाता है। उसके निकलने के दो उपाय हैं- एक तो मल द्वारा दूसरे मुख द्वारा (डकार)। जब वायु किसी मल से न निकले तो पेट तन कर पत्थर सा जाता है और दिल की चाल रुकने से रोगी मर जाता है।

पेट की बीमारियों में मल की दृष्टि से रोग के निदान में बड़ी सहायता मिलती है। परिचारक मल के रंग, मात्रा का ध्यान रखते। उसमें रुधिर

का दूषित मल मिला रहता है। पदार्थों को छू कर उनकी सख्ती नमी सफाई तथा उनका सुरसुरापन घमड़े से ही जान पड़ता है। शरीर की गर्मी को स्वाभाविक दर्जे पर रखना भी खाल का काम है।

घमड़े के ऊपर बहुत फोड़े फुंसी होते हैं। फुंसियों के गुरद दूर करने के लिये पहिले उनको तेल से भिगो देना चाहिए, ऊपर से तेल में भिगो कर घाघो पर लगाने वाला लिण्ट (Lint) नामक कपड़ा रख दे। दो तीन घंटे पीछे पुलटिस बांध दे। उसमें सब गुरद दूर हो कर साफ पाय निकल जाता है। जिन बीमारों का दाद और गुजली हो उनके कपड़े कोई और समुप्य व्यवहार न करने पावे। गुजली में एक प्रकार का कीड़ा होता है जो पाघो के भीतर रहता है। लंधक का इस्तेमाल इनको दूर डालना है। गुजली वाले बीमार को

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100

तु लगने से भी आदमी घेहोय हो जाता है ।

रुधिर विकार से होने वाले रोगों में गँठिया रोग है । गँठिया के बीमारों के सर्दों से बचना चाहिए । जोड़ों पर रूई करना होता है । ऊपर से रुई या नमूदा यांधना होता है । गँठिया में रोगी को बड़ी सावधानी से खाना दिया जाता है । माँस देना बड़ा हानिकारक है । दर्द जोर पर हो तो केवल दूध ही पर रोगी को रखना होता है ।

ज्वर या बुखार कई कारणों से होता है । ज्वर का बड़ा लक्षण यह है कि शरीर गर्म हो जाता है साधारणतः शरीर की गरमी ८८४ दर्जे पर होती है और बुखार में बढ़ कर १०८ तक हो जाती है । इससे अधिक हरारत बढ़ने पर आदमी जी नहीं सकता । सवेरे की अवेक्षा शाम को

थर्मामिटर हरारत नापने का यन्त्र है इसमें ८० से लेकर ११० तक मोटी मोटी लकीरें होती हैं। अच्छा थर्मामिटर वह है जो शरीर से बाहर निकालने पर उसका पारा आपही आप नीचे नहीं उतरता। बगल में लगाने से पहिले पारे को ८५ डिगरी पर उतार लेना चाहिए। बगल को पोंछकर तब पारेवाला सिरा वहां रखे और बाजू के मोड़ कर शरीर के साथ लगा दे। जितना देर का थर्मामिटर हो उतनी देर लगाकर बगल से बाहर निकाल ले। यदि पढ़ना आता है तो पारे का दर्जा लिख ले और जो न आता हो तो ज्यों का त्यों सावधानी से रखे और डाक्टर को दिखा दे। थर्मामिटर पढ़ना सीखना कुछ भी कठिन नहीं है।

नाड़ी की संख्या गिनने के लिये पंजे से आध इंच ऊपर की तरफ अंगूठे की उंगली मीधमें अपनी जंगली रखे। जब ना

की तड़प मालूम हो तो सेकेंड की सुई से उसकी घाल गिने । जब तक बीमार निरुचल और शान्त न हो तब तक उसकी नाड़ी न गिने ।

जब रोगी का सांस गिनना हो तो नाड़ी हाथ में लेकर छाती के उठने बैठने पर नज़र करे और गिने । यज्ञों के पेट पर हाथ रख कर सांस गिनना चाहिए । जवानी में मनुष्य प्रायः एक मिनट में १७ बार सांस लेता है ।

उपर उतारने के लिये तीन उपाय किए जाते हैं । (१) ठण्ठक पहुंचाना (२) पसीना लाना (३) रुधिर पर असर करने वाली दवाई देना ।

सर्वसाधारण लोग उपर में ठण्ठक पहुंचाना अच्छा नहीं समझते परन्तु इसमें कुछ संदेह नहीं है कि जब उपर बहुत ही अधिक हो जाता है तो ठण्ठे जल या दूध के स्पर्श से बहुत फ़ायदा पहुंचता है । बिलनें ही के

प्राण बच जाते हैं । रोगी को किसी चद्दर या कम्मल में लपेट कर साधारण जल में लिटा दे और फिर उस जल को धीरे धीरे ठंडा करता जाय । डाक्टर की आज्ञानुसार रोगी को १० मिनट या अधिक पानी में रखना चाहिए । डाक्टर इस समय मौजूद रहे । रोगी और पानी दोनों की हरारत को बार बार जांचना चाहिए ।

बरफ़ के पानी से भीगी हुई चद्दर भी व्यवहार में लाई जाती है । बिस्तर पर बरसाती बिछाकर रोगी को लंगोठ लगा नंगा लिटा दे और ऊपर से ठंडी चद्दर उड़ा दे । जब चद्दर गरम हो जाय बदलकर दूसरी चद्दर बरफ़ के पानी से भीगी हुई रखे । ऐसा करने से ज्वर की हरारत बहुत जल्द घट जाती है । ठंडे या गर्म पानी से स्पंज भी करते हैं ।

पसीना लाने के लिये ठंडे पानी की

माण : **हरे शर्करे** ऐसी हैं जो रोग फैलाने-
या फल-**लिट्टा दे** **हरे शर्करे** के तुरंत मार देती हैं। इन दवाइयों
ठंडा करत **हरे शर्करे** हैं **स्टैप्टोकोकस** या **डिसिन्फेक्टेंट्स**
रोगी को **हरे शर्करे** (Disinfectants) कहते हैं।
रखना चाहि **हरे शर्करे**, **करोजिय सब्लीमेट** (रस-
रहे । रोगी **हरे शर्करे** **क्रोमीय लफूइड-प्रसिद्ध** दवाइयां
को बार बार **हरे शर्करे** (Style) आजकल सब बड़े
जिसके एक हिस्से को

फर्द चीजें ऐसी हैं जो रोग फैलाने-
 वाले कीड़ों को तुरंत मार देती हैं। इन दवाइयों
 को अंग्रेजी में ऐंटीसेप्टिकस या डिसिन्फेक्टे-
 टन्स (Antiseptics or Disinfectants) कहते हैं।
 कार्बोलिक ऐसिड, करोजिव सव्लीमेट (रस-
 कपूर), चूना, कांडीज एफूइड-प्रसिद्ध दवाइयां
 हैं। फ़िनाइल (Phenyle) आजकल सब बड़े
 शहरों में मिलता है जिसके एक हिस्से को
 १६ गुने पानी में मिला कर गमलों में रखते
 हैं और घरों और मारियों में उसे छिड़कते
 हैं। रस कपूर के एक हिस्से में पानी ५००
 गुना मिला कर काम में लाते हैं।

कांडीज एफूइड पानी को शुद्ध करने के
 लिये बरता जाता है।

जब डाक्टर से यह मालूम हो जाय
 कि छूतदार ज्वर है तो नीचे लिखे नियम
 पालन करने आवश्यक होते हैं।

१-रोगी के कमरे का फ़ालतू असबाब

एक किनारे रखवा रहे । रोगी के अच्छे होने पर कमरे की सफाई के साथ उनकी भी सफाई हो और दवा छिड़की जाय ।

२ घर में जब तब कार्बोलिक लोशन (Carbolic lotion) छिड़कना चाहिए ।

३ चारपाई ऐसे ढंग से बिछाई जाय कि परिचारक दोनों ओर से रोगी के पास जा सके ।

४ दरवाज़े पर एक चदर कार्बोलिक लोशन में भिगो कर लटकानी चाहिए और उस चदर को कई बार लोशन में भिगाना चाहिए ।

५ दिन में दो बार (कम से कम) कांटीज फ्लूइड (Candy - fluid) से कुहली कतानी चाहिए ।

६ थोमार के पास से बाहर जाना हो तो दरवाज़े मिले पानी से हाथ धोना चाहिए और ऊपर पहना हुआ कपड़ा वहीं ढोंड़ना चाहिए ।



७ रोगी का घर सब से अलग होना चाहिए ।

८ जो कपड़े रोगी के काम में आर हैं और मल से दूषित हो चुके हैं वे आरोग्य होने पर जला देने चाहियं ।

९ घर को गंधक जला कर शुद्ध करें, रोगी का विस्तर और ओढ़ना विज्ञान अन्दर ही रहने दे ।

आधपाव गंधक कूट कर दहकते हुए कोयलों के ऊपर डाल कर दरवाजे सब बन्द कर देने चाहियं ।

घर में खूब आग जला देना भी बहुत अच्छा है ।

इन सफ़ाइयों के बाद सफेदी करा दी जाय ।



जायगा तो संभव है कि अधिक मात्रा दे दी जाय, या ज़हरीली दवाई उचित मात्रा से अधिक पिला दी जाय या जो ज़हरीली दवाई बाहर लगाने के लिये है वह पिला दी जाय ।

बोतल को हिला कर तब पिलाने के गिलास में मात्रा ढालनी चाहिए । बोतल पर जो कागज़ हिदायत का लिखा हुआ है उसे दवाई निकालने के समय ऊपर की ओर रखे जिससे कि उस में दाग न पड़े । बोतल का काग़ बेमतलब खुला न रहे । रोग होने से बहुत सी दवाइयों का गुण जाता रहता है । बहुधा रोगी दवाई पीने में अपनी अनिच्छा दिखलाते हैं । परिचारक का धर्म है कि उन्हें दृढ़ता और नम्रता से समझा कर दवाई पिला दे । ज़बरदस्ती करने की आदत बहुत बुरी है ।

पनीली (पानी की तरह घुली हुई)

जायगा तो संभव है कि अधिक मात्रा दी जाय, या ज़हरीली दवाई उचित मात्रा से अधिक पिला दी जाय या जो ज़हरीली दवाई बाहर लगाने के लिये है वह पिला दी जाय ।

बोतल को हिला कर तब पिलाने के गिलास में मात्रा ढालनी चाहिए । बोतल पर जो कागज़ हिदायत का लिखा हुआ है उसे दवाई निकालने के समय ऊपर की ओर रखें जिससे कि उस में दाग न पड़े । बोतल का काग़ बेमतलब खुला न रहे । ऐसा होने से बहुत सी दवाइयों का गुण जाता रहता है । बहुधा रोगी दवाई पीने में अनिच्छा दिखलाते हैं । परिचारक का धर्म कि उन्हें दृढ़ता और नम्रता से समझा कर दवाई पिला दे । ज़बरदस्ती करने की शक्ति बहुत बुरी है ।

पनीली (पानी की तरह घुली हुई

क्योंकि उनकी खाल बहुत नर्म होती है। एक पतली तह कपड़े की बिछा कर तब पुलिटिस लगाई जाय तो अच्छा है।

बांए हाथ पर फैली हुई पुलिटिस लेकर पहिले नीचे का सिरा जमावे और तब सब लगा दे।

अलसी (तीसी) की पुलिटिस—गरम बर्तन में खोलता हुआ पानी डाले और तब पिसी हुई अलसी थोड़ी थोड़ी डालता और मिलाता जाय। जब गाढ़ी और लगाने लायक हो जाय तब उसमें अलसी या रेंडी का तेल मिला कर खूब चलादे और रुई, फलालेन या पुराने कम्मल के टुकड़े पर फैला कर काम में लावे।

रुई की पुलिटिस—अलसी और रुई दोनों को गरम पानी में मिलाते हैं और फैला कर मसमल से ढक देते हैं और फिर लगाते हैं। शन्य पुलिटिसों में ही लगा दी

पर जल्दी जल्दी फेरे । जब शरीर में घोल-
लता आजाय तब विस्तर पर लेटा दे और
कपड़े उढ़ा दे ।

भफारा लेना—खोलते हुए पानी में
दवाई डाल कर भाफ़ सांस के साथ भीता
खींची जाती है । इसका सीधा उपाय यह
है कि एक लोटे में खोलता हुआ पानी में
और तेलिये को गोल करके लोटे के किनारे
पर रखे और तब बीमार अपना मुंह रख
कर भाफ़ को सांस के साथ खींचे ।

ठीक नहीं है । हां रोगावस्था में यही खाना उपयोगी नहीं होता जो आरोग्यता में होता है । दूध एक ऐसी चीज है जो सब प्रकार की बीमारियों में खार्र जा सकती है । पेट की बीमारियों में तो दूध के सिवाय और कोई पदार्थ लाभदायक नहीं होता । गरम गरम दूध पीने की अपेक्षा ठंडा दूध पीना अच्छा मालूम होता है । पेट में तुरथी हो तो दूध में (Lime water) लाइम वाटर अर्थात् चूने का साफ़ फिटिक पानी मिला कर पिलाना चाहिए । उलटी हो जाती हो तो थोड़ा थोड़ा दूध थोड़ी थोड़ी देर में दे । दूध को बर्फ़ में ठंडा करके देने से भी क़ै रुक जाती है । ज्वर में ठंडा पानी या बर्फ़ का पीना रोगी को बहुत अच्छा जान पड़ता है परन्तु बहुत पानी एक साथ नहीं पीना चाहिए ।

पर छान कर व्यवहार में लाये ।

चावल उबालना—आध पाव चावल ढाई पाव खोलते हुए पानी में चढ़ाये और दस मिनट तक पकने दे, जब चावल गल जाय और खिल जाय तब छान ले और उतार कर कौयलों पर रखदे ।

दलिया—सोठमील अर्थात् जी की दलिया एक छटांक देगुची में रख कर थोड़े से पानी में चोल दे और फिर ढाई पाव पानी या दूध मिला कर उबाल ले । आध घंटे तक धीमी आंच में पकने दे और चलाता रहे । शकर अथवा नमक से स्वादिष्ट करले ।

चावल का मांड, पीच अथवा कांजी—डेढ़ छटांक चावल खूब धोकर सवा सेर पानी में उबाले और एक घंटे तक खदकने दे फिर छान कर स्वादिष्ट करले ।

—अथवा—एक रुपयेल भर तारोट थोड़े

पूय उपाले । फिर उनको मल कर छान ले ।

यदागु—चायलों को छ गुने पानी में मिला कर घिना मांड़ निकाले पतला भात बना कर खिलाये ।

वेय—चायलों को चौदह गुने पानी में पीने के माफ़िक पकाना ।

दाल का पानी—मूंग की दाल अथवा और जो दाल घताई हो उससे अठारा गुना पानी डाल कर पकाये और नमक डाले । फेन नियार दे और इस दाल के पानी को रोगी पीये ।

छाछ की कढ़ी—गाय की ताजी छाछ पानी मठा लेकर उसमें चने या मूंग का घेसन डाले । नमक और काली मिर्च का चूर्ण डाले । एक दैगची में ची या तेल डाल कर उसमें जीरे या हींग का बघार दे और तब छाछ घेसन मिली हुई छोड़े । चलाता रहे जिससे गुठला न बने । पूय पका कर खिलाये ।

आग के पास रखे और छान ले । नीबू के छिलके डाल कर सुगन्धित करले । मूत्र संबन्धी पीड़ा में यह बड़ी उपकारी है ।

भूषी की रोटी—यह बहुमूत्र रोग में खिलाई जाती है । यथा प्रयोजन भूषी लेकर थोड़े से पानी में भिगा कर रख दे । जब सूब नरम हो जाय तब गूंध ले और बेल कर छोटी छोटी और मोटी रोटी बना कर सँकले ।

रोगियों के लिये बहुत से पद्य विलापत से बने हुए आते हैं । हम यहाँ पर उनमें से चंद के पकाने की तरकीब लिखते हैं ।
बेंजर्स फूड (Benger's Food) डेढ़ तोला लेकर एक छटांक कच्चे दूध में मिलाये और चलाता रहे तथा क्रमशः डेढ़ पाय पानी मिला हुआ उबला दूध मिलाये और कुछ देर गरम जगह में रखे तब आग पर चढ़ाकर उसे चलाता रहे । लटकने पर उतार ले, बिल्कुल ठंढा हो जाने पर रोगी को खिलाये ।

मि एक फूड नं० २ एक झांस ठंडे पानी में भिलाकर पहिले कही हुई रीति से पांच झांस गरम जल में मिलाले ।

चार महीने के बच्चे के लिये तीन घंटे पीछे चार पांच झांस तक दे, पांच छः महीने के बच्चे को चौध घंटे छ झांस दे ।

तन्दुरुस्त बच्चे को रात के ११ बजे से पीछे खेरे के ५ बजे तक कुछ भी खाने को न देना चाहिए ।

नं० ३ मास्टैड फूड—आधी छटांक मास्टैड फूड और चाय के चम्मच भर चीनी से छटांक ठंडे पानी में अच्छी तरह मिलाने, ५३ हुई घरीखां होजाय तब उसमें एक सेर का दूध जिसमें बराबर का पानी मिलावे, मिलाने ।

ले, फिर कपड़े में बँधी हुई दाल को मले जिससे उसका सब रस पानी में मिल जाय । इस पानी को छान कर रोगी को पिलाये । इसमें दो एक बूँद नीबू का रस भी डाल सकते हैं ।

सागूदाने की खिचड़ी—आधी छटांक मूँग की दाल यथोचित पानी में घड़ा दे । जब दाल गल जाय तो उतना ही सागूदाना ठंडे पानी में धोकर उसमें डाल दे फिर नमक छोड़दे । जब सागूदाना दाल में मिल जाय तब उतार ले ।



जब किसी प्रकार ये कीड़े घाव में पहुंच जाते हैं तो उसमें पीप पड़ जाती है और यह गलने लग जाता है । आज कल चीर फाड़ में इस बात का बड़ा ध्यान रखा जाता है कि घाव में किसी प्रकार से जीव न घुसने पावे । परीक्षा से यह बात ठीक मालूम होगई है कि शरीर के किसी हिस्से में चीर फाड़ की जाय परन्तु सफाई ऐसी रहे कि घाव सड़ाने वाले कीड़े घाव में न पहुंचें तो वह घाव बहुत जल्दी अच्छा हो जायगा और उसका निशान बहुत कम रहेगा ।

घाव को सड़ाने वाले कीड़े चीर फाड़ करने वाले तथा उसके सहायकों के हाथों में से लग सकते हैं । रोगी के चमड़े पर से भी आ सकते हैं । चीर फाड़ के औजारों और मरहम पट्टी में से भी इनका आना संभव है, हवा में से गर्द गुवार पड़ कर भी घाव बिगड़ सकता है, परन्तु गर्द



घाव बिगाड़ने वाले कीड़े नहीं रहते । घाव के पास मुंह करके बात करना और सांस लेना बहुत खराब है क्योंकि बोलने से शुक और सांस लेने से नाक का मद हवा को दूषित करके घाव को बिगाड़ सकता है ।

रोग स्थान शुद्ध करना—जिस जगह चीरा देना है उसकी सफाई भी बड़ी जरूरी है । खूब गरम पानी और साबुन से पहिले उस जगह को धोये । फिर तारपीन के तेल में कपड़ा भिगो कर उस जगह को रगड़ें जिससे कि चमड़े की चिकनाई हट जाय । तिसके पीछे स्पिरिट में गाज़ भिगो कर रगड़ें और पांच फी सदी तेजाय मिले कार्बो-लिक लोशन से धो डाले । टाई फी सदी वाले लोशन में गाज़ भिगो कर निचोड़ कर इस स्थान पर एक ऊपर से मोमजामा बिद्या पट्टी बांध दें । जिस समय चीरा लगाने का समय नियत हो उस समय पट्टी हटा कर

ड्रेसिंग (Dressing मलहम पट्टी) की सफ़ाई—जो कपड़ा रुई या पाट्टी घाव के ऊपर रखी जाती है ड्रेसिंग कहलाती है । माटापिलाम के समान छिरछिरा बिना हुआ कपड़ा गाजू कहा जाता है और घाव के भीतर और ऊपर रखने के लिये इसलिये बहुत अच्छा होता है कि यह सवाद को घाव में से चूसता रहता है । ड्रेसिंग को भी शुद्ध करते हैं । सबसे उत्तम रीति यह है कि उनके भाफ़ देकर शुद्ध किया जाय । जिस बरतन में औज़ार उबाले जाते हैं उसमें ही एक चलनी ड्रेसिंग रखने के लिये बना दी जाती है और सब ड्रेसिंग भाफ़ से शुद्ध हो जाती है ।

सेण्टीसेण्टिक लोशन-घाव के सड़ाने वाले कीड़ों के मारने वाली दवाइयों को पानी में मिला कर लोशन तय्यार करते हैं । सबसे अधिक कार्यात्मक लोशन काम में आता है



(८२)

आवश्यक चीजें ।

प्रत्येक गृहस्थ को अपने घर में ये चीजें
अवश्य रखनी चाहिए ।

धर्मामोटर Thermometra.

रंडी का तेल Castor oil.

तारपीन का तेल Turpentine oil.

वेसलीन Vaseline.

कार्बोलिक सोप Carbolic Soap.

पिसी हुई राई Mustard Powder.

शिशो का छोटा आबखोरा Drinking cup.

दवाई मापने का ग्लास Measuring glass.

रुई Cotton.

लिट Lint.

गटा पर्चा Guttapercha.

पट्टी Bandage.

मौमजामा Water-proof sheet.

